RATO 053 E O QUEIJO



INTRODUÇÃO

Este zine nasce do interesse em refletir sobre aquilo que o modo de produção capitalista busca naturalizar: a exploração do trabalhador e trabalhadora e o agravamento do adoecimento psíquico na contemporaneidade. Aqui, colocamos em foco o *ethos* do capitalismo e suas múltiplas formas de colonizar nossos corpos, mentes e outros modos de ser e estar no mundo.

Com o advento da Revolução Industrial no século XVIII, o trabalho deixou de ser artesanal, ligado ao ritmo da natureza e aos saberes locais, para se tornar mecanizado, cronometrado e, muitas vezes, preconizado. As longas jornadas nas fábricas, a repetição exaustiva de tarefas e a alta demanda por produtividade passaram a definir a vida e o desempenho esperado dos trabalhadores.

Nesse sentido, nosso ponto de partida é o cotidiano do trabalhador e trabalhadora que vive entre o sonho e "a merda da sobrevivência" — expressão que escancara como o trabalho se torna cada dia mais distante de ser uma atividade de realização pessoal e profissional, para se tornar motor de produtividade compulsória, exploração crônica e adoecimento psíquico.

Falaremos sobre como a lógica da docilidade-utilidade, parafraseando Michel Foucault (1987), se infiltra em nossas vidas e em nossas atividades mais íntimas do cotidiano, esvaziando o tempo de descanso e nos roubando o direito ao ócio. Também mergulharemos na experiência do trabalho alienado, nas rotinas insuportáveis que transformam as pessoas em mais uma engrenagem dentro do sistema capitalista.

Para Karl Marx, o trabalho é uma atividade essencialmente humana, por meio da qual o ser humano transforma a natureza e se realiza. Contudo, no sistema capitalista, essa atividade se torna alienada e fonte de exploração. A mais-valia, conceito central de sua crítica ao capitalismo, sustenta a desigualdade social como um mecanismo de continuidade da precarização do trabalho e da saúde mental dos trabalhadores (MARX, 2004).

As fronteiras entre a vida pessoal e o trabalho tornam-se indistintas. Sob a lógica de sermos sempre úteis e produtivos, o descanso passa a ser sinônimo de perda, uma vez que o trabalho não gera fonte de renda o suficiente para proporcionar tempo livre, nos obrigando a trabalhar cada vez mais. O historiador Edward P. Thompson, ao abordar a teoria do "tempo medido", mostra como o capitalismo reconfigurou o significado do tempo: o ritmo da natureza e da corporalidade foi substituído pela corrida contra o relógio. O tempo deixa de ser tecido da vida e passa a ser mercadoria — afinal, "tempo é dinheiro" (THOMPSON, 1998). Portanto, entre as páginas, fazemos uma **marcha fúnebre** por todas as vidas ceifadas pela lógica da pressa, da produção, da indiferença — vidas que, como cantou Chico Buarque, "morreram na contramão atrapalhando o tráfego".

APRESENTAÇÃO

053 era um rato comum, de pele enrugada e queimada do sol, pesava algumas gramas e vivia em uma toca de 30m² no centro de uma grande engrenagem urbana. Biologicamente, ele é um homem, mas todos o chamam de 'Rato'...

...talvez porque vive sempre correndo, com medo, caçando o mínimo para sobreviver. Ou talvez porque tenha se tornado um ao longo de suas duas décadas e pouco de vida, que já se expressavam em rugas, como se tivesse vivido quatro.

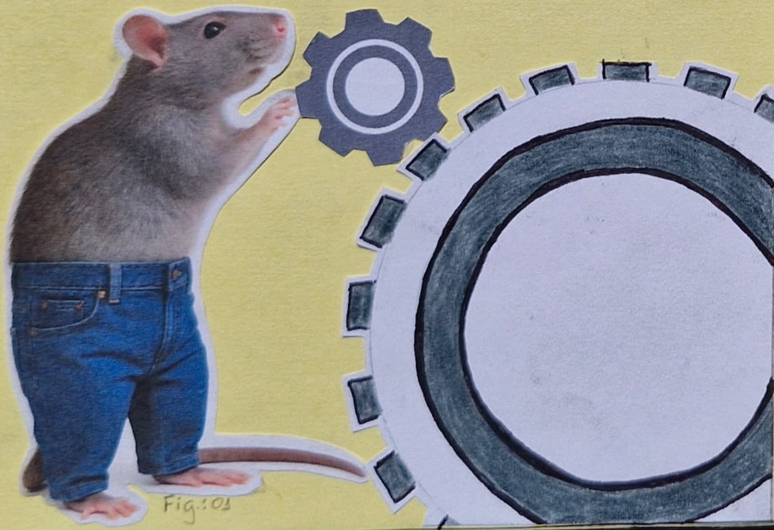


Fig:01

Ethos do capitalismo

Rato nasce num mundo onde tudo já tem preço, inclusive sua vida, vendida por 1518$, 44 horas semanais. Às vezes, sua identidade se funde com o trabalho e, assim como um rato, possuía grande adaptabilidade, que é a capacidade de se ajustar a diferentes situações, ambientes e desafios.



E na grande engrenagem urbana moderna, a adaptabilidade é uma grande vantagem. A capacidade de adaptabilidade fez com que Rato conseguisse sobreviver com 1518$, entre conta de luz, água, comida e transporte.





Fig.: 03

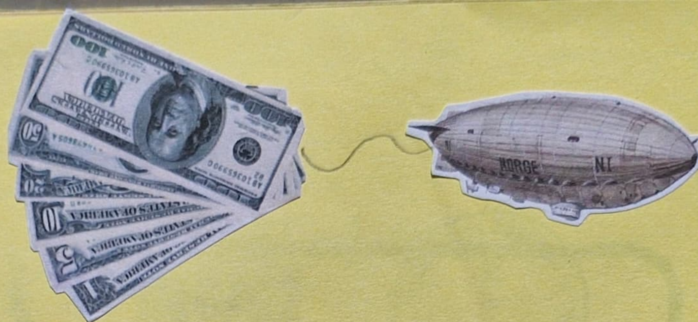




Fig.: 05

Desde muito cedo Rato trabalha para ajudar em casa. A noção de infância não chegou para Rato e seus cinco irmãos, ele viveu como o século XVIII: como adulto em miniatura.

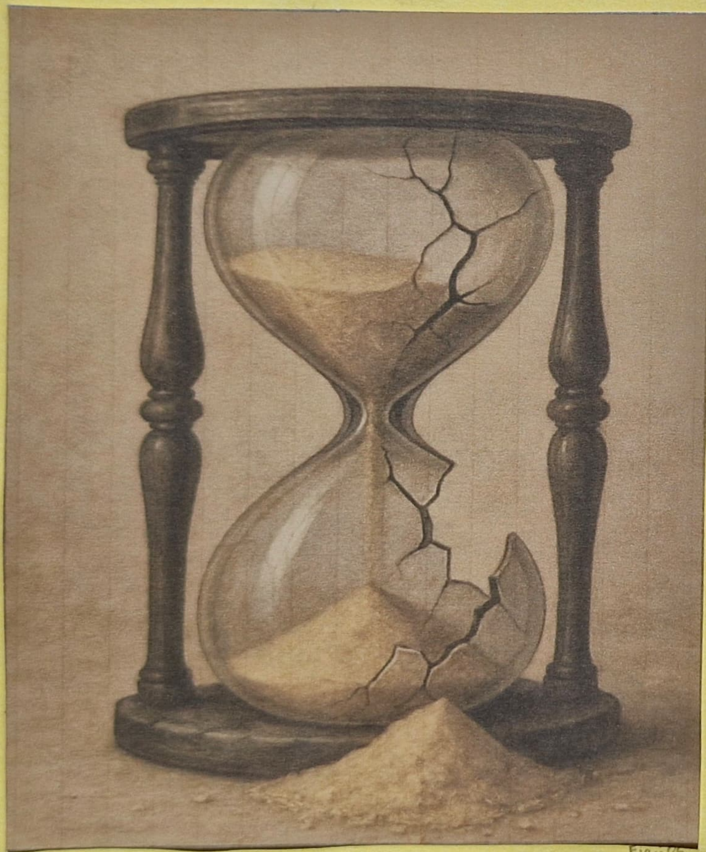


Fig.: 06

Há um ensinamento social que Rato tanto presa, porque sempre escutou e, assim como todos foi ensinado a seguir:

O trabalho dignifica o homem

Por isso, se estudasse um pouco mais, trabalhasse um pouco mais, dormisse menos, ele conseguiria deixar de ser rato. Afinal, deus ajuda quem cedo madruga!





Trabalho

Fig.: 07

$1518

44 HR

Fig.: 08

Fig.: 09

Fig.:10

Fig.:11

Fig.:32

Fig.:33

"Viver entre o sonho ou a merda da sobrevivência": Trabalho, produtividade e exploração. (Racionais mc, A vida é um desafio).

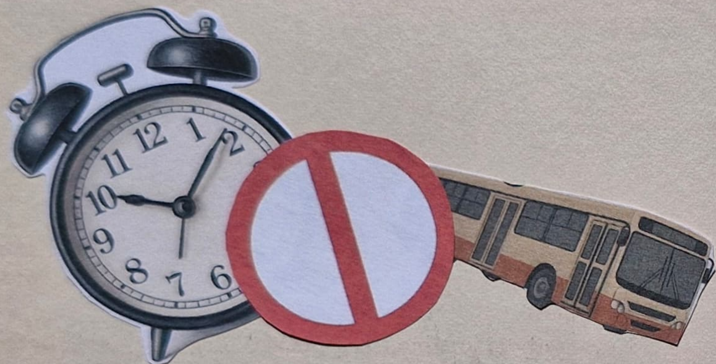
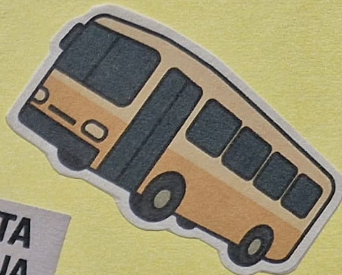


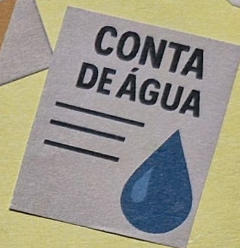


Fig.:14

Rato teve uma noite de insônia. O despertador não precisou tocar, pois, aquela noite, ele não dormiu. Preparou quase nada para levar na marmita. Sua escala de trabalho nem existe na legislação trabalhista, pois trabalha de domingo a domingo. As oitos horas por dia se tornava em doze, porque ainda tinha que pegar o ônibus para voltar para casa.









FALTA DE MOTIVAÇÃO



Fig.:15





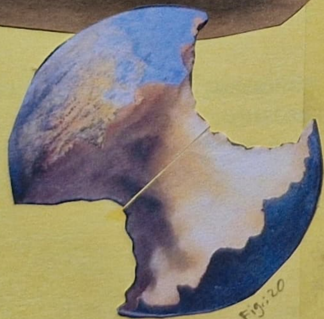
Fig.:16


Fig.:17



Fig.:19


Fig.:18


Fig.:20

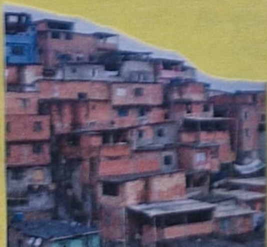
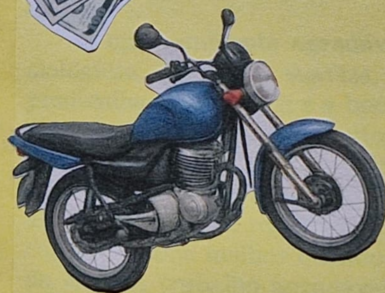







Fig.:21



Nos finais de semana, Rato também trabalha. Ele apreendeu uma palavra nova: empreendedorismo. Então ele empreende para fazer uma grana extra, trabalhando como Uber Moto. Até porque, "Quem não corre, não come". E "tempo é dinheiro".

Adoecimento psíquico e trabalho alienado



Fig.:22

Apesar de ter vivido apenas duas décadas e pouco, Rato se sente um fracassado. Ele não tem queijo suficiente, então, à noite, não dorme. Sente medo, desesperança e insegurança — mas não em relação à sua aparência feia, que é de rato, e sim insegurança alimentar: um nome bonitinho para falar dos que passam fome.



Fig.:23

Fig.:24



Fig.:26

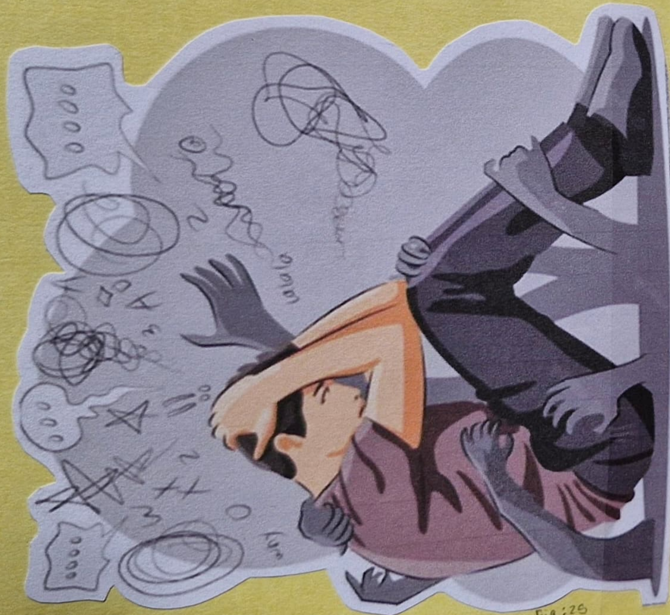


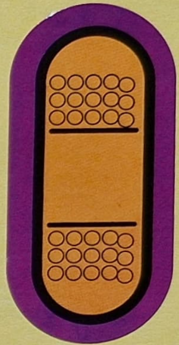
Fig.:25

TENSÃO PSÍQUICA

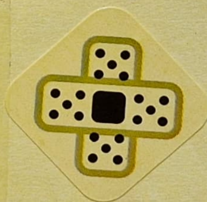


Fig.:28

Fig.:27







Rato sente-se em constante estado de esgotamento físico, emocional e mental causado pelo estresse crônico no trabalho. Exaustão, desmotivação, dificuldade de concentração, alterações de humor, sensação de incapacidade e isolamento social eram apenas alguns dos sintomas de lhe afetavam



Mas, o que o Rato mais sentia era culpa. Culpa por descansar enquanto usava o banheiro da empresa, culpa por não sobrar pagamento no final do mês.





Fig.:29

E mais e mais culpas: culpa por não conviver com sua família, culpa por não ter tempo para si e para os que amam.



Então ele estava sempre se perguntando de onde ele poderia cortar mais gastos?

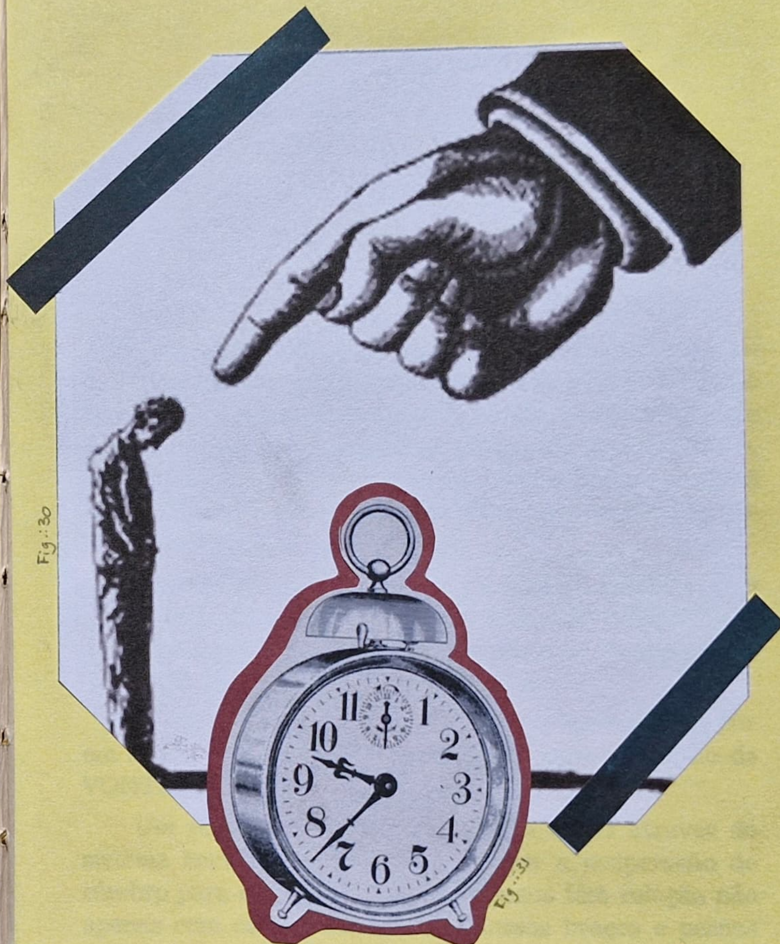


Fig.:30

Fig.:31

Nesse misto de sentir muito e culpar-se o tempo inteiro, Rato movia-se pelo ódio e pela culpa. O que parecia ser ódio contra si mesmo era, na verdade, um ódio profundo pela forma como a sociedade se organizava — um sentimento distorcido que o levava a acreditar que a grande falha era sua, por não se esforçar o suficiente para viver na grande engrenagem urbana.


Fig.: 32


Fig.: 33


Fig.: 34



Fig.: 36

Fig.: 37


Fig.: 35


Fig.: 39


Fig.: 40

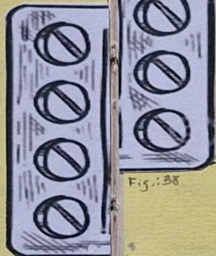

Fig.: 38




Fig.: 41


Fig.: 42


Fig.: 43







Fig.: 44


Fig.: 45

Cansado da falta de energia e da falta de motivação, Rato decide ir ao médico — aquele médico lá, o psiquiatra. O doutor disse que ele tem um combo de transtornos, mas nunca perguntou sobre seu trabalho ou sua rotina. Agora, ele toma Clonazepam, Ritalina e Sertralina. Rato, não sabe ao certo para que serve esses remédios, só sabe que é para cabeça, ele acredita fielmente que a medicação pode resolver seus problemas de desmotivação, desesperança e exaustão.

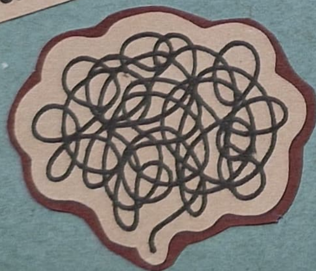
Trabalho

SAÚDE

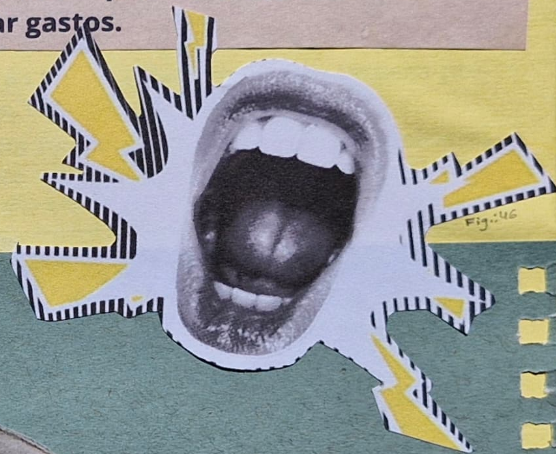

MENTAL







Rato pensou em passar no RH da empresa, mas sentia muita vergonha de si mesmo. Em um dia de muita vulnerabilidade, Rato conversa com o patrão sobre um possível afastamento temporário do trabalho. Falou de seus sentimentos, de como estava se sentindo nos últimos meses. Mas o patrão logo falou que a empresa realmente precisava cortar gastos.









Depois daquela conversa, Rato sentiu-se um fardo. O grande ensinamento que ele tanto prezava era que o trabalho dignificava o homem. Ora, se já não servia como força de trabalho, então o que restava dele? Quando se tornaria humano? Quando deixaria de ser Rato? Que proposito de vida teria? Qual seria seu valor social?

Fig.: 48

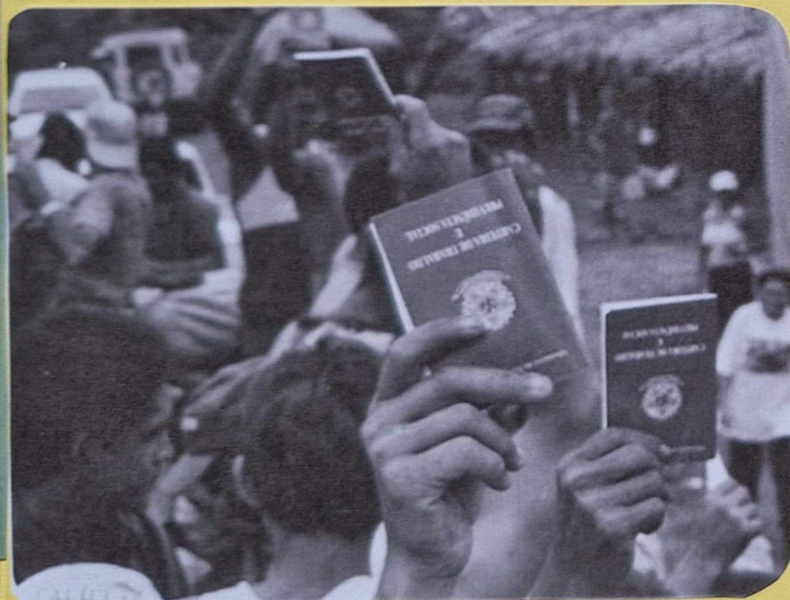


Fig.: 47

Fig.: 49

Fig.: 50

METAS MUITO ALTAS

Rato entende que não apenas o trabalho é uma mercadoria, mas também sua própria vida — uma mercadoria de pouco valor e preço. [1]







Fig.: 58

[1] De acordo com os dados do Ministério da Previdência Social, em 2024, houve quase 500 mil afastamentos do trabalho, o maior número registrado em pelo menos uma década, um aumento de 68%. Os casos de ansiedade e depressão estão entre as principais razões registradas para afastamento do trabalho, sendo frequentemente citados como fatores que impactam a saúde mental dos trabalhadores e comprometem sua capacidade de exercer suas funções.

INSS

Fig.: 32

Um corpo sem tempo pra si















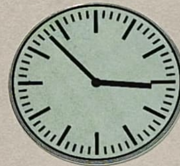




"Morreu na contramão atrapalhando o tráfego"

Depois de todas aquelas medicações, Rato vivia em constante sonolência. Certo dia, ele não conseguiu acorda no horário para ir trabalhar. Naquele dia de pressa e desespero, Rato salta da cama, já não dava tempo de pegar o ônibus para economizar na gasolina, então Rato acelera sua velha moto, tentando escapar da bronca do patrão. Mas o destino, impassível, o alcança na forma de um caminhão carregado de queijo. O impacto silencia o caos, e o trânsito intenso, por um instante, se curva aos olhares dos curiosos que se aproximavam com seus celulares para gravar a cena.







Outros ratos que trafegava ali, muito irritados ficaram, aquele magrelo Rato estava atrapalhando o trânsito. O direito de ir e vir de quem corria atrás da sua 2 gramas de queijo.

Era manhã, mas o sol já estava quente, e enquanto esperava o SAMU, delirava sob um sol escaldante de 34° graus. Rato começa a acreditar numa espécie de revolução. Na utopia de organização coletiva.

Fig.:59

Fig.:60



Em seu delírio o mundo era diferente: ele comida queijo todo dia, assim como podia escolher que tipo de queijo comeria. Em seu deliro a produtividade não adoecia, mas gerava suporte comunitário. Em seu delírio as pessoas trabalham em condições justas, sem exploração, e com tempo para lazer e desenvolvimento pessoal.

Em seu delírio o trabalho gerava cooperação e não competição desenfreada, havia senso de coletividade e apoio mútuo. Em seu delírio ele viajou para Ratolândia e experimentou muitos variados tipos de queijos.

Mas de repente alguém buzina e grita: vaaaaaaai levantaaaaar ou tá difíciiiiil, meu parceiro? Esse SAMU não chega pra desocupar esse trânsito!
Quando de repente a luz se apaga...a morte o chama: 053... Bem-vindo à vida. Do outro lado, o descanso te espera. Lembra? Era o que mais desejava. Sonhava com esse repouso aos 70 anos, mas o destino foi generoso: chegou antes, aos vinte e pouco. Olha que maravilha!

"Manchete pronta, sem dó, não importa quem morreu" (Facção Central, Isso aqui é uma guerra, 1999).



Fig.: 61



ESTAR NO AR O JORNAL, ROEDORESNEWS.

MANCHETE DO DIA: Rato causa lentidão no trânsito e atrasa a rotina de motoristas na Avenida dos Sobreviventes.

Meritocracity, 01 de maio.

Na manhã de hoje, um acidente provocou lentidão e irritação entre os motoristas que trafegavam pela movimentada Avenida dos Sobreviventes. Um rato minúsculo ocasionou um grande transtorno ao colidir com um caminhão carregado de queijo; o animal morreu no local, gerando um inesperado engarrafamento que durou cerca de duas horas.

A cena atraiu a atenção dos pedestres, condutores e curiosos que passavam pelo local para observar o corpo do animal, estendido no chão sob forte sol. Segundo informações da Secretaria de Trânsito, não seria necessário o bloqueio formal da Avenida, mas a curiosidade dos motoristas foi suficiente para provocar um congestionamento de mais de 3 quilômetros.

Na ocasião, o repórter Catita estava presente e conversou com alguns pedestres e condutores.



Fig.: 62



"Atrasou minha ida para o trabalho. Acidente acontece todo dia, né? Agora, o que não pode parar é o direito de ir e vir de nós, cidadãos", argumentou um motorista.

Outro condutor afirmou:

"Parece que ele estava em alta velocidade e não viu o sinal fechar. Mas a questão é: o fato dele estar com pressa, seja lá qual for o motivo, não lhe dava o direito de colocar a vida dos outros em risco, já que ele estava andando em alta velocidade e podia causar mais acidentes. Enfim, teve o fim esperado."

"É aquilo, né, meu amigo, por causa de um, todos pagam. Agora vou ter que pegar um UberMoto para chegar ao trabalho a tempo. Não posso esperar a boa vontade do SAMU para recolher o corpo."

O roedor, cuja identidade e histórico permanecerão desconhecidos, foi removido algumas horas depois por um funcionário da limpeza urbana. Apesar do impacto no trânsito, não houve feridos – exceto, é claro, o próprio rato, que faleceu no local enquanto aguardava o SAMU.







IMPORTANTE

Fig.: 65

IMPORTANTE

Fig.: 66

Marcha fúnebre

Assim como na obra Vidas Secas, de Graciliano Ramos, a cachorra Baleia sonhou em acordar em um mundo repleto de preás — o Rato também sonhou em acorda em um mundo cheio de queijo.

Mas a morte o interrompeu naquele acidente estupido na br. E em seu último delírio, sonhou com um mundo melhor, afinal, é isso que resta aos Ratos, apenas sonhos, que são quase sinônimo de delírio.

No dia 01 de maio, Rato foi enterrado com a lápide 053, mas nenhum de seus amigos e familiares puderam ritualizar sua breve passagem, pois todos estavam trabalhando.





053

Enfim descansou

UNIFESSPA

Disciplina: SAÚDE MENTAL	Docente: Caio Maximino de Oliveira

Descrição das contribuições:

Lorena Costa Vieira

- Criação visual do zine: seleção de figuras, desenhos a mão, encapamento, recorte, colagens e diagramação;
- Revisão do roteiro, ficha técnica e referências de imagens;
- Desenvolvimento da estética e da estrutura das páginas;

Naara Fernanda da Silva Mendes

- Criação visual do zine: seleção de figuras, recorte e colagem;
- Escrita da introdução teórica com base nos autores Marx, Foucault e Thompson;
- Concepção e elaboração da ideia principal do zine;
- Seleção e organização das referências bibliográficas, musicais e de imagens;

Principais resultados/conclusões: A obra evidencia a naturalização da exploração e o adoecimento psíquico como elementos estruturantes da lógica capitalista, propondo uma crítica à invisibilidade do sofrimento mental.

Resultados e Discussão

A narrativa construída evidencia a sobreposição entre vida e trabalho, a desumanização dos sujeitos e os efeitos subjetivos da precarização. O personagem Rato funciona como metáfora de um trabalhador comum, representando a normalização da exploração. O uso de medicamentos, o esgotamento físico e mental, e a ausência de suporte institucional são apresentados como partes de um ciclo de sofrimento legitimado socialmente. O final trágico do personagem reforça a crítica à lógica meritocrática e produtivista.

Conclusões

O zine sintetiza a crítica ao capitalismo como sistema que transforma o trabalhador em mercadoria e esvazia o sentido do trabalho. O objetivo foi atingido ao conseguir expressar, por meio de recursos visuais e literários, a complexidade do sofrimento psíquico gerado por esse sistema. A obra propõe, ainda que simbolicamente, a utopia de um mundo coletivo e justo, onde o trabalho não adoece, mas humaniza.

REFERÊNCIAS DAS IMAGENS:



REFERÊNCIAS:

ARIÉS, Philippe. ***História Social da Criança e da Família***. 2. ed. Tradução de Dora Flaksman. Rio de Janeiro: LTC Editora, 1981.

FOUCAULT, Michel. ***Vigiar e punir: nascimento da prisão***. Petrópolis: Vozes, 1987.

RAMOS, Graciliano. ***Vidas Secas***. Rio de Janeiro: Record, 2008.

MARX, Karl. ***Manuscritos econômico-filosóficos***. Tradução de Jesus Ranieri. São Paulo: Boitempo, 2004.

THOMPSON, Edward P. *Tempo, disciplina de trabalho e capitalismo industrial*. In: ***Costumes em comum: estudos sobre a cultura popular tradicional***. São Paulo: Companhia das Letras, 1988. p. 267–304.

Referências musicais:

BUARQUE, Chico. Construção. ***Construção.*** Rio de Janeiro: Philips, 1971. 1 disco sonoro (LP).

FACÇÃO CENTRAL. "Isso aqui é uma guerra". In: FACÇÃO CENTRAL. Versos sangrentos [compact disc]. São Paulo: Five Special, 1999

GENTIL, Ederaldo. Identidade. ***Samba, Canto e Raiz.*** Salvador: Eldorado, 1978. 1 disco sonoro (LP).

RACIONAIS MC's. A vida é um desafio. ***Sobrevivendo no inferno***. São Paulo: Cosa Nostra, 1997. 1 disco sonoro (CD).